1

Tehnici de nemurire şi vindecare

Ionel Mohîrţă

Ca să realizaţi acestea trebuie să practicaţi următoarele metode:
1) cura cu apă (pregătirea matricei)
2) mişcări ale analizatorilor
3) extracorpolizarea
4) pranaiama (levitaţie, materializare, dematerializare)
5) pranănadi (călătorie în timp)
6) şamanism (recuperarea sufletului)

CURS PRACTIC DE OCULTISM

CUM PUTEA AVEA UN CREIER LUCID

CONSTANTIN KAPPA NICOLAU

Nu confundaţi luciditatea cu aptitudinea de a citi gândurille altuia. Singura luciditate ce se poate obţine este aceea a desfăşurărei intelectuale şi spirituale. Nu trebuie să vă închipuiţi a obţine un rezultat absolut într-o săptămână sau o lună. Sunt persoane care reuşesc numai după ani de zile.

Dacă aveţi dispoziţii naturale către luciditate trei luni vă vor fi deajuns. Dacă însă tendinţele voastre sunt mai mult materiale timpul întrebuinţat va fi mai lung. Debarasarea de tendinţele materiale şi punerea într-o condiţie de pasivitate este condiţia esenţială. Această condiţie fiind atinsă a-ţi reuşit. Ea se obţine astfel:

“Retrageţi-vă într-o cameră liniştită, faceţi lumina mică şi preparaţi un punct alb pe un fond negru. Fixaţi acest punct alb în zid la o distanţă convenabilă şi la nivelul ochilor. Aşezaţi-vă comod pe un scaun cu picioarele pe duşumea, corpul drept dar neîncordat. Apucaţi cu mâna dreaptă degetul cel mare de la

mâna stângă. Trageţi liniştit aerul pe nas ţinând ochii fixaţi pe punct. Inspiraţia trebuie să fie abdominală şi cât de adâncă. Reţineţi răsuflarea câteva secunde pe urmă răsuflaţi pe gură încetişor dând afară pe cât posibil tot aerul. Aşteptaţi câteva secunde şi începeţi a respira din nou în acelaşi mod. Faceţi acest exerciţiu 2-3 minute în prima seară mărind-ul treptat până la o jumătate de oră. Când aţi ajuns a face acest exerciţiu o jumătate de oră fără a vă obosi, veţi continua în modul următor:

Lăsaţi-vă pe spate, închideţi ochii răsuflaţi numai cât e trebuitor să nu vă asfixiaţi. Ţinând ochii închişi veţi începe a vedea valuri de o culoare gălbuie învârtindu-se în jurul vostru în spirale. Acesta este începutul lucidităţii.

Practicând aceste exerciţii în toate serile veţi vedea apărând figuri unele urăte, altele de o frumuseţe cerească. Nu vă temeţi; dirijaţi gândurile voastre către aceste apariţii şi sugestionaţi-le ca să se debaraseze de tendinţele actuale spre a se urca în sferele superioare.

Pe măsură ce voi ajutaţi prin sugestiuni ca aceste personaje să se ridice veţi veni în contact spiritual cu ele şi la rândul lor ele vă vor ajuta şi veţi fi cu totul surprinşi de a primi de la ele idei practice optime.

Levitaţia

Levitaţia este considerată ca rezultatul a unei puteri ce se dezvoltă prin practicarea respiraţiei numită Pranaiama a cărui început este astfel:

În fiecare dimineaţă după deşteptare trageţi uşor aerul pe nara stângă în timp ce cea dreaptă este închisă cu degetul. Această inspirare să dureze cât veţi număra 16. Acum fără a da aerul afară închideţi ambele nări cât veţi număra 64; daţi aerul afară prin nara dreaptă încet cât veţi număra 32. Aceasta este începutul pranaiamei şi trebuie să fie practicat 6 luni cel puţin repetând aceste mişcări la început 6 ori în fiecare dimineaţă şi mărindu-l până la 100 de ori pe zi.

Practicarea acestui exerciţiu dă multe calităţi: calmează mult oboseala cerebrală, măreşte puterea digestivă şi face corpul luminos.

Pranaiama are 5 grade de profunzime:

Numele gradului	tragerea aerului timp de	interval	expiraţie	efectul
Pranaiama	12 secunde	324 sec	24 sec	Letargie
Pratiahara	12 sec	648 sec	24 sec	Catalepsie
Dharana	12 sec	1296 sec	24 sec	extaz,luciditate
Dhyana	12 sec	2529 sec	24 sec	îngropare de viu
Samadhi	12 sec	5184 sec	24 sec	moarte aparentă

Practicarea acestei respiraţii este însoţită de spălări, masaje, rugăciuni şi de un regim vegetal special.

Pratiahara este faza de auto-magnetizare când simţurile sunt suspendate.

Dharana este o stare de catalepsie în care corpul poate sta mult timp într-o poziţie oarecare.

Dhyana este starea de luciditate în care adepţii spun că sunt înconjuraţi de lumina sau electricitatea eternă, lumina fără de sfârşit.

Samadhi este ultima fază când adepţii se pot lipsi de aerul atmosferic, hrană şi băutură. În această stare ei îşi pot opri bătăile inimii, se pot îngropa de vii, etc.

Pranayama reprezintă un ansamblu de exerciţii de respiraţie folosit conştient, în acest fel devenind capabil să exercităm controlul asupra întregului proces respirator. Potrivit yoghinilor, calitatea respiraţiei are o însemnătate covârşitoare pentru durata vieţii. Cu cât un om respiră mai repede şi mai

puţin adânc, cu atât are o viaţă mai scurtă. Cu cât inspiraţiile şi expiraţiile sunt mai lente şi mai adânci, mai calme, cu atât trăieşte omul mai mult. Respiraţia controlată este o respiraţie conştientă, regulată şi finalizată. Acest lucru, îl realizăm prin controlul asupra ritmului. În respiraţia ritmică, omul trebuie să se obişnuiască cu ideea ritmului. Măsura pentru respiraţia ritmică, este bătaia normală a inimii. Deoarece pulsul nu este identic la toţi oamenii, fiecare trebuie să-şi adapteze frecvenţa respiraţiei la propriul puls. Pentru aceasta, puneţi degetul mâinii drepte pe artera mâinii stângi şi număraţi bătăile : unu, doi, trei, patru, cinci, etc. Câteva încercări de acest gen sunt suficiente pentru a vă întipări în minte ritmul. Intervalul dintre două pulsaţii normale se consideră o unitate. Cu acestă unitate se va măsura atât respiraţia, timpul de reţinere a aerului, cât şi expiraţia lui. O altă măsură pentru respiraţie, este enumerarea mentală lentă a numerelor naturale. Se va începe de la numărul unu şi, treptat, fără grabă, acomodând organismul, se va trece la doi, trei, patru. Exerciţiile de respiraţie se efectuează în diferite poziţii mai mult sau mai puţin comode. De comoditatea poziţiei depinde desfăşurarea corectă a procesului respirator.

- Orice exerciţiu respirator începe cu o expiraţie energică;
- Nu începeţi nici un fel de exerciţii , fără să vă fi curăţat în prealabil căile respiratorii;
- Nu purtaţi haine strâmte ;
- Cei cu afecţiuni ale inimii şi plămânilor să respire uşor, fără încordare.

PRANANADI

Metoda provine din Tibet, unde are o tradite milenarã, fiind practicatã în mai multe mãnãstiri de cãtre lamasi vindecãtori. Metoda nu a pãrãsit mãnãstirile tibetane, fiind tinutã secretã pânã la începutul anilor 90 când a fost adusã în Europa de cãtre un cercetãtor german care a stat multi ani în Tibet intr-o mãnãstire de lamasi vindecãtori. El a obtinut permisiunea de la acestia de a preda metodele de vindecare care au fost complet despãrtite de religie si dogme, metoda fiind numitã “New Method” în SUA si Prananadi în Ungaria si România. .

Prananadi este un ansamblu de metode terapeutice naturiste si de dezvoltare a personalitãtii care formeazã o scoalã spiritualã. Aceastã scoalã puternica are un trecut de peste trei mii de ani. Succesul tot mai mare de care se bucurã se datoreazã simplitãtii si eficientei învãtãturilor sale. Aceastã scoalã spiritualã nu reprezintã un curent religios sau politic, oricine poate avea acces la învãtãturile sale indiferent de rasã, sex sau religie. Scopul ei este de a reaseza fiinta umanã în locul care i se cuvine si de a constientiza cã toti reprezentãm pãrti din întregul Armoniei. Termenul de Prananadi provine din sanscritã Prana înseamnã energia care existã în toate si care este suportul vietii, iar Nadi înseamnã calea, canalul prin care circulã aceastã energie. Cine îsi însuseste învãtãturile acestei scoli energetice, constientizeazã si foloseste legitãtiile si energiile universale, acela devine prananadist. Cu totii am dori sã ne vindecãm si sã evoluãm spiritual si în felul acesta sã trãim mai fericiti. Prananadi se ocupã de aceste întrebãri si prin învãtãturi practice ne ajutã sã recunoastem adevãrurile fundamentale. Ce îti oferã aceastã scoalã energeticã si spiritualã? Prananadi este una din metodele naturiste si de dezvoltare a personalitãtii, care ne ajutã sã remediem si sã vindecãm bolile sufletului si ale trupului. Sistemul de predare, structurat în grade, face posibilã pentru fiecare, autovindecarea si vindecarea energeticã. Initierile tibetane fac aceastã scoalã spiritualã deosebitã, initieri prin care ajungi în posesia unor capacitãti vindecãtoare deosebite. Prananadi nu este o religie, nu are dogmã si nu necesitã credintã, în schimb cuprinde exercitii spirituale, meditatii prin care putem recunoaste în noi si manifesta valorile interioare pozitive aduse cu noi si mostenite prin nastere. Aceste exercitii conduc astfel pe fiecare discipol perseverent pe calea iluminãrii a împlinirii. Iubirea – care si prin Prananadi se manifestã – vindecã pe toti, si pe acela care o dã, si pe acela care o primeste.

Cursurile pregatitoare, in afara cursurilor de initiere se ocupa cu urmatoarele subiecte:

-Legatura dintre Karma si destin
-Alcatuirea corpului eteric (primul strat al aurei);
-Alcatuirea si functionarea corpului emotional (al doilea strat al

aurei);
-Sistemul corpului mental si functionarea lui;
-Cristaloterapie, incepatori si avansati;
-Predarea si initierea mantrelor si mudrelor traditionale tibetane.

EFECTE

-Atenueaza stresul si linisteste;
-Are efect de vindecare la nivel emotional si mental;
-Vindeca sau alina durerile fizice si sufletesti;
-Detoxifica, stimuleaza procesele de autovindecare a organismului;
-Mareste potentialul de energie vitala, tonifica si vitalizeaza;
-Ajuta la regenerarea celulelor si tesuturilor dupa fracturi, intervenitii chirurgicale, traumatisme;
-Aduce functionarea organismului la parametrii optimi;
-Faciliteaza rezolvarea problemelor emotionale;
-Ajuta la manifestarea ampla si la dezvoltarea personalitatii;
-Corecteaza eventualele asimetrii ale aurei;
-Stimuleaza si echilibreaza functionarea chakrelor organismului (centrilor energetici);
-Aduce la suprafata si ajuta la manifestarea calitatilor umane fundamentale.

CĂLĂTORII PRANANADI

In anul 1994, maestrul Petrezsem Jozsef a calatorit in Tibet si a adus in Europa o **tehnica de “ calatorie in timp “ care a fost numita “ Prananadi comunicatie “-** Comunicatie Prananadi®. Nu a fost folosit termenul de “regresie in vietile anterioare “ pentru a se deosebi de tehnicile de regresie care folosesc hipnoza si care erau folosite de mai multa vreme in Europa.

Tehnica de comunicatie Prananadi adusa in Europa cuprinde trei grade de initiere. Pentru ca o persoana sa poata “ calatori “ in timp nu este necesar sa fie initiata in Prananadi® sau in Comunicatia Prananadi, ci trebuie doar ca persoana care doreste sa-si revada o viata anterioara sa fie condusa, calauzita de catre o persoana initiata in aceasta tehnica.

Tehnica de comunicatie Pranandi nu foloseste hipnoza, **iar cel ce calatoreste este permanent constient.** De fapt, comunicatia prananadi este o metoda de extindere a constiintei. **Printr-un anumit procedeu se obtin informatiile necesare din corpul mental superior al pacientului, acolo unde se afla stocata memoria tuturor vietilor noastre anterioare.** Trebuie subliniat faptul ca aceasta este o metoda terapeutica si nu poate fi folosita decat cu **scop terapeutic in vederea vindecarii unor traume prin eliberarea anumitor blocaje psihice, emotionale, care au originea intr-o existenta anterioara a pacientului.**

MASAJUL PRANANADI
Introducere

Toti avem nevoie sa ne relaxam, sa ne eliberam de sub tirania timpului. Ascultarea muzicii, observarea trecerii norilor pe cer sau strângerea unor scoici pe malul marii ne ajuta sa ne relaxam, sa ne regasim sentimentul de plenitudine în puritatea clipei. În copilarie ne cataram în copaci si alergam desculti. Ne simtim bine în pielea noastra si avem o legatura strânsa cu natura noastra interioara, dar pe masura ce crestem, ne petrecem tot mai mult timp cu gândurile noastre.

Masajul, similar unei lumini în padure, ne ajuta sa luam o gura de aer proaspat, si, în acelasi timp, sa ne relaxam si sa ne remodelam pe noi însine. Cu ajutorul masajului ne putem elibera de tensiunile continue provocate de munca si de sarcinile zilnice.

Multi oameni îsi duc viata obisnuiti fiind deja cu durerea si cu o pozitie rigida a corpului si adesea îsi dau seama cât de tensionati le sunt muschii si cât de multa energie le consuma aceasta tensiune, abia când maseaza pe cineva sau sunt masati.

Masajul poate fi o cale de autocunoastere, care ne arata ce înseamna a te relaxa, a fi în armonie cu tine însuti, a experimenta bucuria corpului care respira, sta sau se misca liber.

Masajul ieri si azi

În antichitate, pentru medicii greci si romani, masajul reprezenta unul din

principalele instrumente de vindecare si de calmare a durerii.

În sec. al V-lea î.e.n. Hipocrate, „parintele medicinii”, scria urmatoarele: „Medicul trebuie sa se priceapa la multe lucruri, dar mai ales la masaj. Deoarece masajul poate pune la loc o articulatie luxata sau poate relaxa o articulatie rigida.” Plinius, cunoscutul terapeut naturist, beneficia în permanenta de masaj ca tratament pentru astma, iar Iulius Cezar, care era bolnav de epilepsie, era zilnic masat din cap pâna în picioare pentru a-i usura nevralgia si durerile de cap chinuitoare.

Dupa caderea Romei, în sec. al V-lea e.n., medicina s-a dezvoltat putin în Europa, studierea si dezvoltarea scrierilor clasice ramânând pe seama arabilor. Avicenna, filozoful si medicul arab din sec. al XI-lea, nota în lucrarea sa „Canon” ca telul masajului este „eliberarea substantelor blocate în muschi din cauza oboselii si a lipsei de miscare.”

În Evul Mediu european placerile corpului erau desconsiderate, de aceea au existat putine preocupari în ceea ce priveste masajul. În sec. al XVI-lea însa, practica masajului a reînviat în primul rând datorita activitatii medicului francez Ambroise Paré.

Mai târziu, la începutul sec. al XIX-lea, suedezul Per Henrik Ling a dezvoltat tehnica numita azi masajul suedez si care este de fapt o combinatie între exercitii fizice si spirituale chinezesti, egiptene, grecesti si romane.
În 1813 universitatea din Stockholm a introdus pentru prima data în programa de învatamânt masajul, iar mai târziu masajul a început sa fie tot mai mult utilizat în institutii si statiuni balneare de pe întregul continent.

În zilele noastre efectul terapeutic al masajului si-a redobândit recunoasterea bine-meritata si este tot mai popular atât între specialistii cât si printre amatorii din lumea occidentala.

În lumea orientala, utilizarea în scopuri terapeutice a tehnicii masajului a fost întotdeauna mai apreciata decât în vest si a fost o preocupare permanenta înca din timpuri stravechi. Cauza atitudinii diferite a lumii vestice si estice fata de masaj poate fi în revolutia stiintifica, care a aparut cu aprox. 250 de ani

în urma în occident. Ca urmare a aparitiei noii stiinte, au fost declarate nestiintifice conceptiile mai vechi, care stabileau legaturi între corp, minte si suflet si cu timpul corpul uman a început sa fie considerat o masinarie complexa, a carui întretinere si tratare poate fi facuta doar de specialisti cu înalta calificare, adica de medici.

Începutul

Preocupare si sensibilitate, oarecare timp si energie, mâini corespunzatoare - acestea sunt calitatile de care este nevoie pentru practicarea masajului.
Fiecare tratament trebuie considerat ca fiind o noua experienta si de fiecare data este nevoie de preocupare sincera, atentie si respect fata persoana tratata.

A da si a primi

Masajul reprezinta un proces bidirectional: atingerea si reactia la aceasta atingere, adica un schimb reciproc de energie. Mâna, care da si primeste, precum si pielea, reprezinta mijloace de comunicare. Prin intermediul mâinii se poate simti si descoperi individualitea persoanei atinse, iar aceasta primeste prin intermediul pielii cadoul atingerii, preocuparea si miscarile.

De fapt termenii „a da” si „a primi” nu sunt exacti, deoarece reciprocitatea participarii reprezinta baza oricarei forme de terapie prin atingere. Pentru ca atingerea sa îsi atinga telul terapeutic ambii parteneri trebuie sa dea si totodata sa fie pregatiti pentru a primi - cel care primeste trebuie sa aiba încredere în cel care da, iar cel care da trebuie sa fie deschis si sensibil fata de necesitatile partenerului.
La cel mai înalt nivel masajul este o forma de meditatie, participantii împart clipa, amândoi se concentreaza asupra contactului dintre ei.

Despre masaj pe scurt

Masajul este o atingere reciproca, în acelasi timp însa masajul nu actioneaza doar la nivelul pielii, trece chiar si de

muschi sau oase, deoarece un masaj atent, temeinic, patrunde în întreaga fiinta.

Masajul pe care îl prezentam aici este adesea numit si masaj holistic pentru a-l diferentia de alte tipuri de masaje. Masajul holistic trateaza individul ca pe un întreg, nu îsi îndreapta atentia doar asupra starii fizice, iar miscarile sunt în general mai lente, meditative. În cazul masajului holistic, din punct de vedere al eficientei masajului, sunt foarte importante atitudinea masorului si pacientului, comunicare dintre ei. Sarcina pacientului este sa se relaxeze, dar fara a fi distras, el trebuie sa se concentreze la atingerea masorului, iar masorul trebuie sa însoteasca procesul masajului cu o atentie sincera.

Masajul bine executat influenteaza pacientul la toate nivelurile. Din punct de vedere fizic aduce beneficii prin relaxarea si tonifierea muschilor, dar ajuta si la circulatia sanguina, creste nivelul hemoglobinei, îmbunatateste circulatia limfatica, extinde elementele tesuturilor conjunctive.

Masajul holistic are efect si asupra centrilor energetici ai corpului, asupra chakrelor. La nivel spiritual masajul nu ajuta doar la calmarea tensiunilor si a grijilor, nelinistilor, dar si la constientizarea mai profunda a întregului nostru corp, a acelor zone pe care la atingem, dar si a acelora la care nu avem acces. Din momentul în care descoperim unde avem blocaje energetice putem începe dirijarea propriei noastre fericiri si sanatati. Masajul profesionist creeaza buna dispozitie, încredere si o senzatie de bucurie. În acelasi timp masajul poate elibera energii uriase, care erau pâna atunci blocate de tensiuni, poate transforma deprinderile proaste, poate modifica pozitiile corporale sau expresiile faciale incorecte.
Este foarte importanta si încarcatura sentimentala a masajului. Beneficiile spirituale ale masajului sunt greu de cuantificat pentru ca esenta lor este greu de definit, se refera la energie vitala, la întregul care este mai mult decât suma partilor componente. Un lucru este sigur: la masajul holistic, atât masorul cât si pacientul ating o stare superioara a constiintei, starea de „prezenta în clipa”, care este asemanatoare experientei meditative.

Acest masaj reprezinta un tratament complex, contine elemente de dezintoxicare si reîmprospatare energetica, meridionala, limfatica, precum si de degresare.

Un cadou de pe acoperisul lumii

Tibet ...

Atunci când un european aude numele tarii aflate la poalele muntilor Himalaia, îsi imagineaza o lume mirifica. Tibetul este pentru multi leaganul misticii, a lucrurilor suprasenzoriale. Poate inaccesibilitatea geografica a fost motivul pentru care a ramas pastratorul cunoasterii umane stravechi. Aici civilizatia - cu toate dezavantajele ei - ajunge greu. Oamenii traiesc în armonie cu natura si cu ei însisi.

Aceasta lume mirifica a daruit omului traind în lumea moderna plina de stres si de agitatie un cadou, al carui nume este MASAJUL ASIATIC.

Ce stim despre aceasta metoda de tratament lipsita de pericole, cu efecte benefice ? În Tibet exista marturii scrise despre aceasta metoda binecuvântata înca din 2700 î.e.n.. Tehnicile stravechi de masaj au fost pastrate în manastiri si chiar si în zilele noastre metoda traditionala poate fi însusita doar în aceste cladiri sfintite. Persoana care doreste sa predea tehnica masajului trebuie sa corespunda unor cerinte stricte.

Stiinta medicala ce functioneaza în societatea industriala ne poate apara de bolile organelor, de extinderea infectiilor, ne poate prelungi viata cu decenii, dar nu da solutii pentru rigiditatea corpului sau moleseala muschilor.

Este un adevar etern faptul ca devenim mai întelepti pe masura ce trec anii. Este însa îndreptatita întrebarea: ce valoare are întelepciunea daca gândurile noastre înaripate sunt readuse la realitate de durerea din corp, daca nu putem aplica practic experienta de viata pe care o avem pentru ca fiecare miscare ne provoaca dureri chinuitoare?

Masajul ne ajuta pentru ca în dezvoltarea noastra sufleteasca, spirituala corpul sa nu reprezinte un balast.

În lumea noastra agitata oamenii uita sa fie atenti la ei însisi si la cei din jur. A disparut una din formele cele mai fundamentale de comunicare: atingerea. Persoana care decide sa

aleaga aceasta forma de prevenire a bolilor sau de vindecare, va constata cu surprindere ce elemente pozitive vor apare în cursul terapiei. Este o experienta unica sa simti ca vindecarea ta este declansata de atingerea unei alte persoane.

Dupa cum stim, marea majoritate a problemelor organice pe care le avem sunt provocate de constiinta noastra. Metoda formeaza o punte de comunicare între corp si constiinta. Are efecte si la nivel mental, declansând astfel procesul de vindecare a bolilor produse de constiinta noastra.

Probabil sunt putini cei care nu cunosc semnificatia cuvântului stres. Aceasta stare a constiintei este unul din motoarele vietii noastre. Stresul reprezinta un stimulent pentru atingerea telurilor personale. Însa daca aceasta stare sufleteasca devine o componenta permanenta a existentei, ne poate îngreuna viata. Poate cauza insomnie, tulburari de personalitate si probleme organice. Masajul poate destinde extrem de bine aceasta stare care ne împovareaza pe termen lung.
O alta caracteristica a vietii moderne este lipsa de miscare, care reprezinta o povara deloc de neglijat asupra sistemului muscular si osos. Masajul periodic ajuta la pastrarea flexibilitatii optime si a conditiei muschilor. Oasele se pastreaza puternice, rezistente.

Din pacate unul din dezavantajele vietii civilizate îl reprezinta cantitatea tot mai mare de toxine acumulata în organism prin intermediul hranei ce contine aditivi, conservanti. Masajul îndeparteaza si aceste toxine din organism. Declanseaza circulatia limfatica si normalizeaza circulatia sanguina Aceste modificari placute din organismul pacientului sunt declansate fara ca vindecarea sa fie legata de interdictii sau conditii stricte.
Dupa o ora petrecuta într-o atmosfera placuta, relaxanta, pacientul pleaca reancarcat energetic, reîmprospatat, ca si cum ar fi petrecut zile întregi pentru regenerare.

Un alt avantaj al metodei este compatibilitatea cu alte tehnici terapeutice orientale (de exemplu acupunctura, presoponctura, etc.). Trebuie subliniat ca masajul început din timp poate preveni boli, probleme serioase.

Evolutia sanatatii noastre este în mâinile noastre, suntem responsabili de desavârsirea vietii noastre ! Profitând de cadoul

tibetan stravechi, masajul, viata noastra va fi nu numai mai lunga, dar si mai sanatoasa si valoroasa decât a înaintasilor nostri !

Prananadi este un ansamblu de metode spirituale care au fost tinute in secret timp de mii de calugarii manastirilor tibetane. Aceste metode de evolutie spirituala se prezinta sub forma de 27 de grade de initiere din care 21 sunt accesibile societatii, restul doar calugarilor tibetani care isi traiesc toata viata in aceasta practica. Initierile au iesit din manastiri prin 1950 si s-au raspandit prin toata lumea cu repeziciune. Alaturi de aceste 21 de grade de initiere in Prananadi, mai este si o alta medotda care consta in 3 grade de initiere cu ajutorul careia se pot face calatorii in vietile anterioare, Prananadi comunicatii. Accesul la comunicatii se face doar pe baza absolvirii primelor 3 grade de la Prananadi.
Este o metoda eficienta de evolutie spirituala, la care i se vad efectele chiar si daca nu esti ferm convins. Nivelul energiei cu care lucrezi creste cu fiecare grad dobandit. Odata initiat in Prananadi nu mai pierzi niciodata energia respectiva chiar si daca nu mai practici ani de zile, daca faci copii acestia mostenesc la randul lor jumatate din suma gradelor parintilor. Se pot vindeca o serie de afectiuni prin acesta metoda printre care si cancerul, sau paralizia. (stiu exemple concrete)
Pe de alta parte inveti cum sa te protejezi de influente negative, cum sa transmiti energia la distanta, sau sa incarci obiecte cu energie pozitiva. La gradele superioare poti trata obezitatea, lasatul de fumat sau de bautura.

Prananadi gradul I

Gradul I te pune in contact cu energia universala. Prin aceasta energie primita poti imbunatari stari de sanatate. Cred ca acum initierea se poate da intr-o singura zi, eu am luat-o in doua zile. Invatatura consata in vindecarea prin punerea palmelor atat pe noi insine dar si pe alte persoane, plante sau animale. Cadrul initierii este unul mistic, cu lumari parfumate, semiintuneric, in care se instaleaza o pace care iti scalda sufletul. Maestrul te

pune in contact cu enrgia pe care o simti la inceput in palme,crestet si apoi se imprastie in tot corpul.(asta am simtit eu- si nu pot garanta ca tota lumea simte la fel). Dupa aceasta initiere poti vindeca dureri de cap, de stomac, poti anihila senzatia de foame etc... in orice caz primesti o lista lunga de peste 50 de afectiuni pe care le poti trata. Mai primesti si o diploma, care te ajuta sa iei initierile mai departe. Cursul de gradul I este urmat de o perioada de purificare de 21 de zile in care nu ai voie sa consumi carne, nicotina, bautura sau cofeina, trebuie sa iti faci autotratamentul in fiecare zi care consta in punerea palmelor circa 2 minute pe fiecare parte a corpului(primesti un material informativ daca nu iti mai amintesti fiecare pozitie). Aplicand exercitiile energetice cu stictete se va dezvolta in timp o mai buna capacitate de a folosi energiile si de vindeca.

Dupa 4-6 luni se poate lua initierea in gradul II. Daca gradul I ajuta la purificarea corpului fizic si eteric, Gradul II te ajuta sa iti echilibrezi mentalul si emotiile.

Prin aceasta initiere dobandesti capacitati de vindecare la distanta prin simboluri, si inveti tehnici de meditatie cu efect purificator. Prin aceste tehnici poti trimite energie dincolo de spatiu si timp in prezent trecut si viitor. Simbolurile si intreaga tehnica sunt secrete si sub juramant. Gradul II + , un preambul al gradului III pune in miscare energii puternice. Prin initierea dobandita inveti sa realizezi protectii impotriva agresiunilor energetice. Inveti tehnici prin care poti vindeca obezitatea, fumatul si alte vicii. Restul e la fel de secret ca si gradul II, sau gradele superioare.

Gradul III sau grad de maestru, solicita pregatire indelungata caci pune in miscare energii si mai puternice iar daca persoana care vrea sa ia initierea este nepregatita va face cu greu fata oboselii atat fizic cat si psihic. Initierea are loc mai multe zile si nopti. Incepand cu acesta initiere nu este de ajuns doar sa sti despre ce e vorba ci mai important este sa pui in practica fiecare invatatura dobandita... calea pe care vei merge depinde doar de tine.

Mai departe la Gradele IV si V, nu stiu ce anume ajungi sa inveti insa se spune despre gradul V ca este gradul de mare maestru, in

care viata initiatului ia o turnura radicala pentru totdeauna. Ajungi sa lucrezi cu energii la care nici nu visezi. Asta e cam tot ce pot sa spun, restul trebuie sa ramana secret celor neinitiati.

Concluziile D-nei Blavatsky din Isis devoilee

1)Nu sunt miracole; tot ceea ce este e rezultatul legii eterne, neschimbătoare, totdeauna activă. Miracolul aparent nu este decât operaţia forţelor antagoniste, pe care Dr.B. Carpentier le numeşte legile bine demonstrate ale naturii. Ca mulţi dintre confraţii săi Dr. Carpentier ignoră un fapt, că pot fi legi altă dată cunoscute şi acum necunoscute ştiinţei.
2)Natura este triplă:
a) natura vizibilă, obiectivă;
b) natura invizibilă, ocultă, naturantă, modelul exact şi principiul vital al celei vizibile.
c) peste acestea două este spiritul, izvorul tuturor forţelor, eternă şi indestructibilă.

Naturele inferioare se schimbă mereu, cele superioare niciodată.
3) Omul este şi el triplu.
a) corpul fizic, omul obiectiv;
b) corpul astral, vitalizant sau suflet, acesta este omul real;
c) acestea sunt conduse şi luminate de al treilea, Spiritul nemuritor.
Când omul real reuşeşte a se contopi în spirit, el devine o fiinţă nemuritoare.
4)Magia considerată ca ştiinţă este cunoştinţa acestor principii şi a drumului prin care a tot ştiinţa şi a tot puterea spiritului şi controlul său asupra forţelor naturii pot fi cucerite de individ în timp ce el este încă în corp.

Considerată ca artă Magia este aplicaţia acestor cunoştinţe în practică.
5)Cunoştinţa arcanelor rău înţelese constituie vrăjitoria; puse în uz cu ideile binelui, constituie adevărata magie sau înţelepciunea.
6)Medium-ul este opus adeptului. Mediumul este instrumentul pasiv al influenţei străine, adeptul exercită cu activitate puterea sa asupra lui însuşi şi asupra tuturor puterilor inferioare.

Tot ceea ce este, ce a fost sau va fi făcut în lumina astrală, materia universului invizibil, adeptul iniţiat, întrebuinţând viziunea propriului său spirit, poate şti tot ceea ce a fost cunoscut şi tot ce va fi.
8)Rasele omeneşti diferă în darurile spirituale ca şi în cele corporale (culori, statură, etc). La oarecare popoare lucizii predomină, la alţii acest serviciu îl fac mediumii.

Uneia sunt dedaţi la vrăjitorie şi-şi transmit regulile secrete ale practicii din generaţie în generaţie.

Aceste reguli cuprind fenomene psihice mai mult sau mai puţin mari.

9) O fază de îndemânare magică este ieşirea după voinţă a formei astrale din corpul fizic.

La unii mediumi această ieşire se face, dar ea este inconştientă şi involuntară; la el în acest moment corpul este mai mult sau mai puţin cataleptic, pe când la adepţi nu se trădează absenţa formei astrale, căci simţurile fizice sunt gata a reveni la orice moment, şi individul pare a fi numai într-o stare de reculegere, este transportat cum s-ar zice.

Nici timpul, nici spaţiul nu pot împiedica mersul cât de departe a formei astrale. Iniţiatul versat în ştiinţele oculte poate face ca corpul său fizic să pară a dispare sau să ia în aparenţă orice formă i-ar plăcea.

10) Piatra fundamentală a Magiei este cunoaşterea practică şi aprofundată a Magnetismului şi Electricităţii, calitatea lor, corelaţia şi potenţialitatea lor. Ceea ce este mai ales necesar, este de a fi familiarizat cu efectele lor în şi asupra regnului animal şi om.

Pentru a rezuma Magia este înţelepciunea spirituală.
Magie practică - faze

spiritul poate lucra

1) asupra mersului organelor ca de exemplu prin schimbarea alimentelor, poate lucra asupra corpului fizic;
2) asupra astralului prin ritmul respiraţiei şi al parfumurilor;
3) asupra fiinţei psihice producând luciditatea şi claraudienţa conştientă.

Aşadar spiritul lucrează asupra interiorului său prin senzaţii, aer, alimente iar prin ajutorul gestului, privirii, vocii şi a organelor de expresie, el lucrează asupra exteriorului.

Acţiunea spiritului asupra exteriorului se imparte în:

1)acţiunea asupra microcosmosului (hipnotismul)
2)acţiunea asupra astralului (fachirism şi logism)
3)acţiunea asupra macrocosmosului (magia propriu-zisă)
4)acţiunea asupra planului Divin, parte a magiei din care se trage Teurgia, baza tuturor religiilor.

PIERDEREA SUFLETULUI, RECUPERAREA SUFLETULUI (SOUL LOSS , SOUL RETRIEVAL)

1.Notiunea de "pierdere a sufletului"

Cu totii am trecut prin perioade , sau momente , in viata noastra, cand am simtit ca pierdem parti din noi . Pierderea temporara (pe durate mai scurte sau mai lungi, uneori indefinite) a unor parti (de diverse marimi, specializari , si consistente) ale sufletului nostru , survine de fiecare data cand trecem prin situatii de viata traumatizante . Moartea cuiva drag , despartirea de iubita - iubit , abuzul emotional sau sexual , sperieturile puternice la o varsta frageda , accidentele , bolile , amputarile- operatiile chirurgicale in general toate lasa urme in matricea energetica numita suflet .

Fenomenul se datoreaza in principal actiunii unui mecanism de aparare al sufletului , care permite unor parti ale sale ca in momentul traumatizant sa " zboare" in alta parte ,pentru a supravietui traumei .

De exemplu , multe femei care au fost violate , povestesc ca in momentul traumei , isi vedeau trupul din afara , ne-simtind nimic din ceea ce se petrecea . Multi supravietuitori ai accidentelor auto povestesc ca s-au pomenit catapultati in afara trupului lor in momentul accidentului sau chiar premergator acestuia .
Partile de suflet care zboara pentru a nu fi traumatizate , de cele mai multe ori nu se intorc integral .

Folosind un model holografic al sufletului , putem spune ca de fiecare data cand o bucata din holograma spatio-temporala-energetica numita suflet se desprinde , ceea ce ramane "acasa", "la purtator",va fi o holograma pastrand caracteristicile intregului , dar mai mica, mai palida ,mai lipsita de lumina si energie .

Astfel , sufletul unei persoane adulte ajunge de multe ori sa fie " risipit " in mai multe puncte ale vietii sale , un copil de 4 anisori ,inocent si iubitor ascuns undeva in urma unei sperieturi , un adolescent voluntar si rebel in alta situatie de viata , un tanar indragostit in alt moment trecut al vietii sale .
Fiecare parte a sufletului are propriile sale calitati , defecte , amintiri , sentimente si atitudini . Pentru fiecare parte de suflet lipsa , adultului ii lipsesc acele caracteristici proprii partii respective de suflet . De exemplu , in urma unei povesti de dragoste nefericite , persoana nu mai poate iubi ca pana atunci . In urma unui viol , sexualitatea persoanei este afectata pe termen lung . Si asa mai departe .

Psihologia si psihiatria moderna admit existenta acestui mecanism de aparare , dar aici noi ne vom ocupa de o perspectiva traditionala asupra fenomenului de pierdere a sufletului .

De zeci de mii de ani , shamanii au fost cei care au putut atat diagnostica , precum si vindeca aceste pierderi de suflet .Procedura clasica este cea in care sufletul shamanului , insotit de spiritele sale ajutatoare si de ghizii sai , calatoreste in Realitatea Non-ordinara , identifica partile de suflet fugare si le convinge prin mijloace specifice sa se intoarca acasa . Aceasta minunata practica de vindecare este disponibila , din fericire , si in zilele noastre .
2.Simptome ale pierderii de suflet .

Lista simptomelor pierderii unor parti ale sufletului contine :
- depresie in diverse grade de intensitate , acuta sau cronica;
- sentimentul ca nu suntem complet "acasa" in trupul nostru ;
- sentimentul ca ne traim viata mai degraba ca spectatori decat ca personaj principal ;
- prezenta unor obiceiuri autodistructive , a dependentelor de droguri ,

alcool , munca, sex , bulimie sau anorexie ;
- sistem imunitar slabit , boli in copilarie sau in viata de adult;
- sindromul de personalitate multipla ;
- boli psihice ;
-imposibilitatea de a crea si mentine relatii armonioase cu partenerii de viata ;
-lipsa amintirilor dintr-o anumita perioada a copilariei sau a vietii in general ;
-respect de sine scazut ; sentimente de lipsa de valoare a propriei persoane , iubire de sine putina sau deloc ;
-frica de a avea incredere in altii ;
-rusine generalizata sau difuza ;
-neglijare a vietii spirituale;
-imposibilitate de a lua decizii ; frica de a-si asuma responsabilitati ;
-sentimentul lipsei de putere personala ;
-a fi victima sau autorul unui abuz ;
-perfectionism ;
-etc.
Fiecare din aceste simptome pot fi datorate pierderii unei sau unor parti din sufletul propriu . Aceasta lista nu este nici completa , nici infailibila . Nu neaparat cineva care prezinta aceste simptome sufera cu adevarat de pierdere a sufletului. Cel care poate afla cu certitudine si remedia acest lucru este cel ce poate sa vada sufletul , adica shamanul , si anume in calatoria sa in Realitatea non-ordinara , in Lumea Cealalta , pe Celalalt Taram , insotit de spiritele sale ajutatoare .

3.Unde isi are locul Recuperarea Sufletului ca metoda terapeutica.

-Recuperarea Sufletului ca metoda terapeutica nu concureaza , ci se completeaza cu psihoterapiile moderne . Se poate spune ca , odata adus sufletul acasa , consilierul psihologic, psihoterapeutul , primeste "obiectul muncii ".
Munca de consiliere psihologica are rezultate mult mai bune daca se adreseaza unei parti de suflet care e prezenta la terapie .
-Recuperarea Sufletului nu este o metoda de autoajutorare ci una in care practicianul shamanic executa o operatiune de mare finete care cere un mare grad de experienta in Realitatea Non-Ordinara .
Este o operatiune pe care cineva o executa pentru altcineva .

-Recuperarea Sufletului este un procedeu relativ rapid ca sesiune de tratament , dar rezultatele sale se observa pe parcursul unor lungi perioade ,iar o munca deosebit de serioasa este cea a integrarii in viata persoanei a partilor de suflet recuperate .Trebuie ca persoana sa poata sa isi permita schimbari in viata sa, astfel incat partile de suflet recuperate sa isi aiba rostul , sa se simta utile si binevenite , altfel exista riscul ca ele sa

fuga iarasi .

-In sfarsit , de fiecare data cand are loc o sesiune de Recuperare a Sufletului , doar anumite parti instrainate de sine sunt readuse inapoi , nu efectiv toate cele care " nu sunt acasa " . Exista mai multe motive pentru asta :un prim motiv ar fi ca fiecare parte revenita trebuie integrata in viata persoanei , si asta cere timp ; apoi , fiecare parte revine cu anumite amintiri si sentimente , de multe ori nu placute , iar procesul de a redeveni intreg nu este intotdeauna placut .
Totusi , majoritatea celor ce au beneficiat de o astfel de ceremonie se bucura ca SIMT CA TRAIESC DIN NOU , chiar daca nu toate emotiile resimtite sunt placute .
Un al doilea motiv ar fi timpul limitat rezervat sesiunii de vindecare . O data integrate partile de suflet recuperate , de cele mai multe ori ceremonia este repetata dupa un anumit interval , readucand inapoi alte si alte parti de suflet instrainate cu sau fara voie de subiect .

4.Scurta prezentare a tehnicii Recuperarii Sufletului

De la bun inceput trebuie mentionat ca nu se recomanda nimanui sa incerce macar sa execute astfel de operatiuni fara o pregatire temeinica prealabila cu instructori calificati . Vom posta pe www.shamanism.nierika.ro din timp anunturi relativ la acest gen de workshop-uri . Partile pierdute din " holograma " sufletului persoanei care solicita operatiunea se afla " ascunse " in Lumea Cealalta .
Pana acum am folosit termenul generic de "Lumea Cealalta ".
Acum detaliem , spunand ca in cosmologia shamanica exista o Lume de Sus , o Lume de Mijloc si o Lume de Jos , fiecare multistratificata . In aceste lumi , legile fizicii asa cum se aplica ele in lumea noastra de zi cu zi , nu se aplica . Mai mult , aceste lumi exista in afara spatiului si timpului asa cum le concepem noi . In aceste lumi , partile de suflet fugite , alungate , daruite sau de-a dreptul furate , traiesc o viata proprie .
Shamanul isi schimba (alter-eaza) starea de constiinta , intrand in SSC (Starea Shamanica de Constiinta) prin folosirea tobelor si / sau a zuruitoarelor . Aflat in aceasta stare modificata de constiinta , si ghidat de intentia clara si puternica de a gasi partile de suflet ale persoanei in cauza , shamanul intra , insotit de Spiritele sale protectoare si ajutatoare , in oricare din aceste lumi in care are indicii de la Spirite ca s-ar afla partile respective de suflet .

Cartografierea Realitatii Non-Ordinare trebuie sa fi fost efectuata temeinic inainte de a efectua acest gen de interventii . Condus de Spiritele sale , shamanul gaseste , bucata cu bucata , partile lipsa ale sufletului bolnavului si le convinge , folosind argumente specifice situatiei ,sa se intoarca acasa , la cel de care apartin .

Situatiile pot fi de diverse naturi : un copil de 4 ani, imbufnat, nu vrea sa intre in viata celui ce l-a alungat cu atata timp in urma . Un tanar este tinut prizonier de logodnica sinucisa care il vrea cat mai repede din nou cu ea . Abilitatile de negociere si rezolvare a conflictelor sunt de mare folos , intrucat shamanului nu ii este recomandat sau permis sa intervina in forta , ci doar prin convingere . De multe ori trebuie facute cadouri celor ce tin prizoniere partile respective de suflet . Aceasta operatiune nu este deloc lipsita de riscuri pentru shaman , dar de cele mai multe ori ajutorul primit de la Spirite il ajuta sa treaca peste dificultati .
Harta Realitatii Non-Ordinare , a Taramului Celelalt , a Celelalte Lumi are si locuri sumbre, triste si periculoase precum : Pestera Copiilor Uitati , Tinutul Mortii , etc , pe langa locurile ades vizitate ale norilor , padurilor , marilor , etc . Nu oricui i se permite sa intre in aceste locuri .

O data convinse sa se intoarca impreuna cu shamanul , partile de Suflet recuperate sunt readuse in Realitatea Obisnuita , introduse in trupul pacientului si sigilate inauntru . Apoi , pacientului i se ureaza : Bun Venit ACASA !

Pierderea Sufletului , recuperarea Sufletului (partea a II-a)

5. RECAPITULAREA FORTEI VITALE

A.Consideratii introductive pentru Recapitulare

Vom apela din nou la un model holografic al sufletului in timp si spatiu si in afara lor . De-a lungul vietii fiecare persoana stabileste legaturi de diverse feluri cu alte persoane , locuri , obiecte , situatii (toate acestea din lumea aceasta sau din alte lumi) . De fiecare data cand comunicam in orice fel (verbal , intentional , imaginar) cu persoane , locuri , situatii , noi activam sau reactivam corzi (string-uri) energetice de legatura - comunicare cu respectivele persoane , locuri , situatii . Acele string-uri , corzi sunt fie create instantaneu fie deja existente . De-a lungul lor circula putere , suflet , intentie , energie vitala .
Putem avea legaturi prin care daruim energie , sau prin care primim , sau prin care furam (fenomenul de vampirism energetic) sau prin care suntem " jefuiti " de energie . Aceste legaturi-relatii pot fi echilibrate , de tip " castig - castig " (acestea includ relatiile in care fiecare daruieste pe rand celuilalt in deplina cunostinta de cauza) , sau dezechilibrate , in care doar unul din parteneri castiga - preia energie in mod sistematic . Mai trebuie facuta o distinctie aici , si anume ca se poate ca doua persoane sa schimbe energii si / sau bucati din holograma-suflet , in acest din urma caz situatia fiind mai complicata (co-dependenta , folie -a- deux) . Problema principala a fiecarei persoane este mentinerea unui nivel optim energetic si de prezenta a propriului suflet "acasa". Daca putem " functiona" multumitor , bine chiar ,

in conditiile in care totusi alimentam cu energie alte persoane si situatii din viata noastra , totul este OK .

Se intampla totusi de multe ori ca sufletul nostru ajunge in stari de epuizare energetica , tot pierzand pe drum bucati mai mici sau mai mari din sine insusi . Atunci apar bolile , acute sau cronice , crizele de personalitate . Modalitati de pierdere a sufletului (a unor parti din holograma energetica vitala) Pe langa evenimentele traumatice violente cu potential distructiv imediat pentru integritatea corporala , sufleteasca si mentala a subiectului , cum ar fi accidentele auto , razboaiele , violurile etc , exista si situatii mai " pasnice" in care are loc pierderea unor parti de suflet . 1.Atacurile Psi din partea deochetorilor (mal'occhio , evil eye) , a vrajitorilor , a manipulatorilor , precum de multe ori si din partea rudelor , parintilor sau fratilor/surorilor pot genera plecarea unor parti de suflet .Mai ales copiii mici , fiind foarte sensibili si neprotejati paranormal ,se afla deseori in situatia de a pierde parti insemnate de suflet .

2.Exemple practice de situatii domestice care duc la pierderea unor parti ale sufletului

a.Un copil de 4 anisori - o fetita sa zicem , se joaca in sufragerie. Totul e " intors pe dos " din punctul de vedere al unui adult , dar totul e la locul lui pentru copil : lumea copilului , cu granitele sale difuze dintre normal si paranormal , cu prietenii invizibili adultilor , cu dinamica sa plina de joc ,creativitate, bucurie , este acolo . Energia aparent inepuizabila a copilului se manifesta de ore intregi cu bucurie . Vine unul din parinti de la servici , sa zicem mama . E stresata de problemele de acolo , dar si de urgentele casei : mancare , rufe de spalat ... E obosita si abia asteapta sa " se adune " inainte de o noua runda de activitate a zilei . Fetita , natural , se bucura si , natural vrea sa impartaseasca mamei sale din joaca zilei . Dar mama , intr-o cu totul alta dispozitie , vede rosu in fata ochilor cand observa " dezastrul " din sufragerie , si o repede foarte dur pe fetita ,dandu-i si vreo urecheala . Stupoarea , neintelegerea dinamicii situatiei o amutesc pe draga noastra fetita-exemplu , si , crezand ca din cauza ei mama e suparata , ia cu lacrimi in suflet , din iubire pentru mama sa si din instinct de conservare ,hotararea de a nu o mai supara pe mama cu joaca ei , cu viata ei.... si iata ca o parte a sufletului copilului s-a retras in " vesnicele plaiuri ale jocului " , de unde cu greu se va mai intoarce si manifesta in viata zilnica a fetitei ....

O alta varianta la fel de posibila pornind de la acelasi scenariu ar fi ca mama observa si isi doreste calitatile fetei care ei ii lipsesc (eventual pierdute intr-un mod similar, cand era ea mica) : exact inepuizabilitatea energetica , bucuria jocului , creativitatea ..."Gaurile" din sufletul cuiva atrag parti similare disponibile de la altii ...si iata ca , eventual in cunostinta

momentana de cauza , fetita daruieste mamei sale acea parte de suflet lipsa .... Nu e neaparat nevoie sa se petreaca de multe ori episoade similare....dar cert este ca la un moment dat copilul se " cuminteste ", iar adultul se simte " usurat " si are " o noua energie " acum ca o grija i-a disparut ...

Trebuie mentionat aici ca " implanturile " de suflet al altuia sunt de ajutor doar temporar...ca niste piese de schimb ne-originale...si in orice caz nu e bine sa aiba loc astfel de situatii , pentru ca fiecare are nevoie de sufletul sau pentru a trai o viata plina ; daca luam ceea ce e de la Dumnezeu lasat pentru altul , il impiedicam sa isi traiasca viata asa cum ar trebui ea sa fie ; cel mai bine ar fi pentru fiecare persoana in parte sa fie completa , cu un suflet vibrant , care onoreaza permanent sacralitatea vietii si se incarca de la Sursa Sacrului , cea inepuizabila , iar nu pe seama celor din preajma .

b.Un baiat adolescent , aflat in plina revolutie hormonala , culturala , sociala .Toate raporturile sale cu lumea se schimba in aceasta perioada . Este un moment important in viata sa , un moment de schimbare generala in varteju careia vechile modele de comportament si puncte de reper isi pierd valabilitatea . In acest moment special , baiatul nostru are nevoie de sprijin emotional , de modele comportamentale valabile si care sa il ajute sa integreze cumva viabil in personalitatea sa noile impulsuri erotice , sentimentale , de cunoastere a lumii , de interactiune sociala , de autodefinire . Dar....tatal lui este un betiv notoriu , care permanent produce scandal si dezgust in casa si in societate . Interactiunile femeie - barbat la care este martor in familie capata noi dimensiuni ....el nu are in tatal sau un sfatuitor pe care sa il admire pentru puterea sa personala si ale carui sfaturi sa le aplice ....ci doar un exemplu despre " cum ar fi bine sa NU FACA "...el nu a fost martorul tandretei parintilor sai unul fata de altul , ci al scandalurilor si dispretului mocnit sau fatis . Activarea acestei importante componente a sufletului sau ii creaza o problema imensa : ce sa faca cu toate aceste sentimente amestecate care il inunda ? Ce sa faca cu toate aceste doruri nedefinite , sau cu impulsurile sexuale atat de clar orientate ? Cum sa abordeze interactiunea cu fetele , dintr-o data percepute cu totul altfel ? Lipsa consilierii de calitate , programele energetico - emotionale ne-armonioase ale familiei sale isi spun cuvantul . Replici ca " aschia nu sare departe de trunchi " pot avea consecinte dezastruoase in aceste momente . Stressul situatiei in care are de-a face cu niste sentimente extrem de puternice , dar si cu o stare de fapt dificil de tolerat in propria sa familie , cu lipsa unui orizont integrat armonios il va determina sa faca alegeri care sa ii micsoreze acest stress .
Surghiunirea unor parti din sufletul sau , renuntarea la sentimentele nou-nascute vor aduce un anumit gen de pace ...cu care multi dintre noi suntem familiari . De cele mai multe ori el va ingropa undeva acele parti ale sale

care vor sa fie auzite , care vor sa se afirme in mod echilibrat ...va incerca " sa nu repete greselile tatalui sau " ...cazand intr-un model de comportament de baiat " cuminte " , " rusinos " , sau dimpotriva , va alege o cale zgomotoasa , tupeista...dar la fel de indepartata de echilibru si armonie .

c. Alte situatii cu acelasi potential: tradarile in prietenie , afaceri , dragoste ; dezamagirile religioase/spirituale ; parasirea unei locuinte mult iubite ; in general orice situatie care ne determina sa renuntam la puterea noastra personala , orice situatii in urma carora simtim ca nu vom mai putea fi la fel , ca suntem goliti , instrainati , imputinati . B :Conceptul de recapitulare a fortei vitale a cuiva este prezent in literatura publicata in Romania in mai multe variante (Carlos Castaneda , Taisha Abelar , Marcel Proust...) .

Scopul , Intentia Recapitularii este de a readuce energia proprie (imobilizata in trecut in anumite evenimente care se tot intampla perpetuu in Realitatea Non-Ordinara , in memoria afectiva-involuntara a lui Marcel Proust) , acasa - pentru a creste potentialul de actiune , de insanatosire , de traire a persoanei in cauza . Este un exercitiu de dizolvare constienta a string-urilor care ne golesc de energia proprie si a celor ce ne pompeaza in sistem energii straine .Este , in esenta , ELIBERAREA pas cu pas a persoanei in cauza , cat si a celorlalti participanti la situatia respectiva.

Din punct de vedere shamanic , orice situatie intamplata vreodata , se intampla perpetuu intr-un spatiu holografic atemporal . Energia pierduta sau blocata intr-o anumita situatie este inca disponibila , daca stii cum , si daca reusesti sa ajungi acolo unde se afla ea , pentru a o recupera .

NIMIC NU SE PIERDE , NIMIC NU SE CASTIGA . TOTUL SE TRANSFORMA . Suna cunoscut ?

In principal recapitularea fortei vitale ca exercitiu energetic eliberator de sine si de ceilalti implicati este magistral de simpla si de eficienta (desi cu unele limitari si inconveniente relative, pe care le vom trata separat , ulterior) :
1. se pregateste persoana si spatiul in care urmeaza sa se desfasoare sesiunea de Recapitulare a Fortei Vitale : purificarea cu rugaciune , tamaie sau diverse arome , invocarea prezentei si a ajutorului spiritual -energetic al entitatilor binevoitoare persoanei in cauza : Divinitatea , Ingerul Pazitor , Ghidul Spiritual , etc . Pregatirea spatiului si a persoanei in cauza include si indepartarea surselor de zgomot si lumina (unele surse recomanda intunericul total ,precum si incaperi special dedicate) si asigurarea faptului ca persoana nu va fi deranjata pe durata exercitiului .
2. se alege situatia ce va fi obiectul recapitularii : unele surse recomanda recapitularea sistematica , pornind de la momentul prezent

catre trecut , a tuturor momentelor traite - aceasta recapitulare , desi foarte cuprinzatoare si eficienta , ia foarte mult timp si se poate dovedi nerecompensatorie in fazele initiale pentru cel in cauza . Alteori se recomanda recapitularea relatiei cu o anumita persoana , sau a unui anumit tip de relatii - de exemplu a relatiilor sexuale . Alteori , subiectul este pur si simplu "purtat" intuitiv catre o anumita situatie de catre ghidul sau spiritual . Esentialul este ca persoana sa se transpuna cat mai total in acea situatie , sa o " traiasca " , nu doar sa o simuleze mental .

3. inspirarea propriei forte vitale lasate in acea situatie ,persoana , loc . Pe fiecare inspiratie , se " trage " inapoi energia lasata in acea situatie . Se pot vizualiza sau nu string-urile ce leaga persoana de situatie . Se continua pana se simte ca e de ajuns .
3bis. expirarea energiilor straine :pe fiecare expiratie , se returneaza energiile straine de sine , inapoi persoanei, locului , situatiei . Se continua pana se simte ca e de ajuns . Deci fiecare inspiratie aduce inapoi energia proprie, fiecare expiratie inapoiaza energiile celorlalti . **4.incheierea sesiunii de recapitulare** se face multumind tuturor entitatilor care au ajutat si cu o rugaciune / miniceremonie de incheiere .

Acum trebuie sa subliniem unele aspecte relativ limitative ale recapitularii :
-recapitularea se face pentru restaurarea puterii personale . Ea creste , incetul cu incetul , puterea personala a celui ce recapituleaza . Dar e un fapt ca uneori pentru recuperarea unor portiuni de suflet pierdut nu e suficienta recapitularea de unul singur . Ca si cum , sa zicem , cineva nu are maini , iar mainile sale se afla in fata lui , taiate , pe o masa . Persoana in cauza nu poate sa " puna mana" pe mainile sale si sa le aseze la locul lor .Cu dintii , nu ar fi o solutie viabila . Solutia viabila este ca o persoana care are maini (este completa) si stiinta de a face asta , sa ia acele maini , sa le puna la locul lor , sa sutureze ruptura , sa "coase cu Lumina " , sa ajute pacientul sa se recupereze . -In zilele noastre , regresiile hipnotice in trecut pentru des-facerea legaturilor si blocajelor energetice aparute in special in conditii traumatice , se face doar sub directa supraveghere a personalului calificat ,in speta medici psihiatri sau psihologi cu competente verificate in acest domeniu . Retrairea in totalitate a unei traume este din nou traumatizanta,iar literatura consacrata regresiilor hipnotice contine multe exemple de suferinte imense retraite de pacient in scaunul hipnoterapeutului .
De aceea , se pare ca uneori , unele mecanisme de aparare ale sufletului nu permit accesarea de unul singur , prin recapitulare , a momentelor de ruptura de suflet , a momentelor intens traumatice . De aceea , auto-recapitularea trebuie completata cu o recuperare a sufletului , facuta de o persoana capabila de a face aceasta .

Putem spune ca Recuperarea Sufletului este o Recapitulare a Fortei Vitale

facuta de shaman pentru cel aflat in stare de fragmentare , in stare de ne-totalitate , in stare de suferinta . Ea implica un set de cunostinte si abilitati foarte speciale , pe care persoana aflata in stare de fragmentare/netotalitate/boala nu le are , sau nu are acces la ele , in acel moment . Recuperarea Sufletului reprezinta un ajutor inestimabil dat celui ce are nevoie , sau doreste , unificarea sa , intoarcerea sa la totalitate , la completitudine , la armonie .

Inca o data , Recuperarea Sufletului NU ESTE O METODA DE "SELF-HELP", de auto-ajutorare ,cum este auto-Recapitularea . Auto-ajutorarea in domeniile in care exista pierdere a sufletului poate incepe doar dupa aceasta sesiune-ceremonie , doar dupa ce sufletul s-a intors acasa .
****

Pentru detalii si inscrieri la workshopurile de shamanism imediat urmatoare trimiteti e-mail la : seminarii_nierika@yahoo.com , aurelmocanu@yahoo.com , sau telefonati la 0747 062 981 sau 0722 539 123 .
Sursa: http://www.shamanism.nierika.ro/
arhiva articole

Recuperarea Sufletului
de Sandra Ingerman

Imaginati-va stand intr-un cerc impreuna cu membrii comunitatii dvs .V-ati adunat la un loc ca sa ajutati un membru al comunitatii care sufera din cauza unei experiente traumatice .Stiti ca , daca o persoana sufera si e bolnava, aceasta afecteaza intreaga comunitate . Asa ca ati venit sa dati o mana de ajutor pentru mentinerea unui spatiu in care vindecarea sa poata avea loc.

E intuneric , iar stelele stralucesc cu putere pe cerul noptii . Aerul e nemiscat. Fiecare persoana aflata de fata se simte tinuta in bratele iubitoare ale universului si , fara nici un dubiu , vindecarea se va petrece pentru toti cei adunati aici .

Shamanul incepe sa bata toba si sa danseze , chemand spre sine puterea universului , pe masura ce isi lasa deoparte latura egoica si devine un vas gol ce se umple cu ajutorul spiritelor .

Clientul sta lungit in tacere , in mijlocul cercului , respirand profund pentru a intra intr-o stare receptiva in care sa isi primeasca inapoi sufletul pierdut , vitalitatea pierduta .
Shamanul isi povesteste cantand calatoria vizionara , in timp ce ia urma locului in care sufletul a plecat. Si atunci cand il gaseste , se intoarce cu el si il sufla adanc in inima clientului, umplandu-i intreg trupul cu lumina

vietii.

O mare bucurie ii umple pe toti , deoarece atunci cand o persoana e vindecata , fiecare participant e vindecat . Comunitatea e intreaga din nou si poate exista in continuare in pace si armonie . Lucrarea e facuta .

Shamanismul este cea mai veche practica spirituala cunoscuta oamenilor . Stim din dovezile arheologice ca shamanismul a fost practicat peste tot in lume de cel putin 40 000 de ani . Unii antropologi cred ca practica sa e mai veche de 100 000 de ani .

Iar cel mai uimitor lucru este ca shamanismul este practicat si in zilele noastre , peste tot in lume . O practica atat de veche dar care e inca folosita si in zilele noastre trebuie ca e foarte puternica . Cuvantul “shaman” vine de la tribul Tungusilor din Siberia si inseamna “ cel care vede in intuneric “. Shamanismul a fost practicat in Asia , Europa , Africa , Australia, Groenlanda si la Nativii din America de Nord si de Sud .

Un shaman este un barbat sau o femeie care interactioneaza direct cu spiritele pentru a rezolva aspectele spirituale ale unei boli , pentru a efectua recuperari ale sufletului , a obtine informatii prin divinatie , a ajuta spiritele decedatilor sa traverseze dincolo si pentru a efectua o varietate de ceremonii pentru comunitatea sa . Shamanii au multe roluri in comunitatile tribale : vindecatori , doctori , preoti , psihoterapeuti , mistici si povestitori . Shamanii trateaza forma spirituala a bolii , care se poate manifesta la nivel emotional sau fizic .

Pe cand faceam cercetari pentru cartea mea “Recuperarea Sufletului. Repararea eului fragmentat “ , am gasit ca majoritatea culturilor shamanice de peste tot din lume cred ca boala apare datorita pierderii sufletului . Se crede ca de fiecare data cand suferim o trauma fizica sau emotionala , o parte din sufletul nostru paraseste trupul pentru a putea supravietui experientei . Definitia sufletului pe care o folosesc este esenta noastra , forta vitala , acea parte a vitalitatii noastre care ne tine in viata si in stare de efort . Tipurile de traume care pot cauza pierdere a sufletului in cultura noastra pot fi orice gen de abuz – sexual , fizic sau emotional . Alte cauze pot fi accidentele , a fi intr-o zona de razboi , a fi victima unui act terorist , actiunile contra moralei noastre , a fi intr-un dezastru natural (foc, uragan, cutremur , tornada etc) , operatiile chirurgicale , dependentele, divortul , sau moartea cuiva iubit .

Orice eveniment care cauzeaza soc poate cauza pierdere a sufletului . Iar ceea ce poate cauza pierdere a sufletului la o persoana , poate sa nu afecteze deloc o alta persoana . Shamanii cred ca un ceas desteptator poate provoca pierdere a sufletului . Cred ca stim cu totii la ce se refera .

E important sa intelegem ca pierderea sufletului e un lucru bun ce ni se intampla . E o modalitate prin care supravietuim durerii . Daca ar fi sa ajung intr-un accident de masina , ultimul loc in care as vrea sa fiu in momentul impactului este in trupul meu . Psihicul meu nu ar putea suporta acel gen de durere . Astfel , psyche-urile noastre au acest extraordinar mecanism de autoprotectie , prin care o parte a esentei –sau sufletului nostru- paraseste trupul , pentru ca noi sa nu simtim complet impactul durerii .

In psihologie , acest aspect e numit disociere . Dar in psihologie nu se discuta despre ce e ceea ce se disociaza si unde se duce partea respectiva . In shamanism stim ca o parte a sufletului paraseste trupul si merge intr-un loc pe care shamanii il numesc realitate non ordinara , unde asteapta pana cand cineva intervine in taramurile spirituale si ii faciliteaza intoarcerea .

Desi pierderea sufletului este un mecanism de supravietuire , din punct de vedere shamanic problema este in faptul ca de obicei partea de suflet care a plecat nu se intoarce inapoi singura .Se poate ca sufletul sa se fi ratacit , sau a fost furat de o alta persoana , sau nu stie ca trauma s-a terminat si ca e in siguranta daca se intoarce .

Dintotdeauna , rolul shamanului a fost acela de a intra intr-o stare modificata de constiinta , de a detecta unde a zburat acel suflet in realitatile non-ordinare (alternative) si sa il aduca inapoi in trupul clientului .

Exista multe simptome obisnuite ale pierderii de suflet . Unele dintre cele mai obisnuite sunt : disocierea – cand persoana nu se simte complet prezenta in propriul corp , nu se simte plina de vitalitate si complet angajata in propria viata .Alte simptome include depresia cronica , tendintele de sinucidere , sindromul de stress post traumatic , probleme de deficienta imunitara , tristete fara speranta . Dependentele sunt iarasi un simptom de pierdere a sufletului , deoarece cautam surse externe noua (substante , mancare , relatii , munca , cumparaturi) prin care sa umplem golurile noastre interioare .

De fiecare data cand cineva spune “ De atunci nu am mai fost niciodata acelasi “ intr-o maniera care nu e pozitiva , probabil ca si-au pierdut cu acea ocazie o parte din suflet . Putem cu adevarat sa vedem cat de multa pierdere a sufletului exista in zilele noastre cand observam cat de mult sunt pusi banii mai presus de viata . Oricand cineva spune ca trebuie sa omoram alte forme de viata pentru a castiga din punct de vedere material , acea persoana trebuie ca sufera de pierdere a sufletului . De fiecare data cand cineva simte ca a-si cumpara inca o masina sau ca adunarea de obiecte materiale ii va aduce fericire , acea persoana sufera de pierdere a sufletului .

Dupa cum observati , avem de-a face cu o mare pierdere de suflet la nivel planetar in aceste zile , cand putem vedea cum ne comportam unii cu altii si cu restul vietii . Coma este deasemeni pierdere a sufletului . Dar in cazul comei e mai mult suflet in afara trupului decat in interiorul trupului . In zilele noastre e foarte complicat a lucra pe cazurile de coma , din mai multe motive . E nevoie de o mare indemanare din partea shamanului pentru a afla cum si pe unde vrea acel suflet sa plece . Oare sufletul vrea sa se intoarca in trup , sau are nevoie de ajutor pentru a se misca mai departe- ceea ce ar conduce la moartea pacientului ? E mult de spus pe acest subiect , si aceasta depaseste cadrul acestui articol .

Astazi exista o crestere a interesului pentru practicile shamanice . Acum avem mai multe sute de practicanti shamanici minunati care reintroduc practica Recuperarii Sufletului in cultura noastra . E interesant de observat ca , in conformitate cu modul in care pierderea de suflet este tratata in culturile shamanice , oamenii care treceau printr-o trauma primeau o recuperare a sufletului in termen de trei zile da la producerea traumei .

In zilele de acum , intrucat in cultura noastra nu s-a practicat recuperarea sufletului , practicantii shamanici moderni merg inapoi in timp cate 10, 20 , 30, 40 sau chiar mai multi ani pentru a gasi parti pierdute din sufletele clientilor . Deasemeni , in culturile shamanice , oamenii stiau ca acele situatii dezechilibrate care existau in vietile lor pot produce boala sau aparitia problemelor .

In cultura noastra noi nu suntem constienti ca lucrurile care nu sunt in armonie spirituala creeaza boala .Si deoarece deseori pierderea noastra proprie de suflet s-a intamplat atunci cand eram atat de tineri , noi nu suntem constienti de modelele inconstiente (sic) pe care le traim din cauza primei noastre pierderi de suflet . Mereu incercam sa ne regasim sufletul . Si felul in care facem aceasta este prin repetarea mereu si mereu a aceleiasi traume . Poate ca numele oamenilor implicati in povestile vietilor noastre se schimba , dar povestea deseori ramane aceeasi .

Efectele unei recuperari a sufletului variaza de la persoana la persoana . Unele personae se simt mai bine ancorate in propriul trup si se simt mai solide . Alte persoane se simt mai usoare si le revine un mod mai plin de bucurie de a trai . Pentru unii se reintorc amintirile vechilor traume si aceasta declanseaza sentimente asupra carora trebuie lucrat . Iar pentru unii oameni , efectele sunt prea subtile pentru a observa vreo schimbare pana cand ei lucreaza mai mult pentru integrarea sufletului . Pe masura ce oamenii devin mai prezenti in trupurile lor si in lume , ei devin mai constienti de comportamentele ce sunt dezechilibrate si nearmonioase .

Cand suntem amortiti emotional se poate sa fim constienti ca lucrurile in lume nu sunt cum trebuie , dar ne putem cu usurinta indeparta de la sentimentul ca e nevoie de o schimbare . Atunci cand suntem complet “ in-spir(it)ati “ , atunci nu mai avem unde sa ne retragem si suntem mai mult inspirati sa ne schimbam vietile .

Eu cred ca de indata ce o persoana isi primeste inapoi sufletul , trebuie sa lucreze cumva asupra situatiei . Daca persoana a lucrat deja o multime asupra situatiei , atunci se poate ca recuperarea sufletului sa fie sfarsitul acelei munci . Daca nu , atunci recuperarea sufletului marcheaza inceputul lucrarii . De acum , e sarcina clientului sa caute modalitati de a crea un stil de viata sanatos , care sa atraga relatii sanatoase care sa ajute intregirea si o viata plina de vindecare . Cum dorim sa folosim aceasta energie reintoarsa la noi prin recuperarea sufletului si aceasta vitalitate reinnoita , pentru a crea un prezent si un viitor pozitiv pentru noi insine ? Si cum aducem pasiunea si intelesul inapoi in vietile noastre , astfel incat sa traim vibrant in loc ca doar sa supravietuim ?

Toate acestea eu le numesc “ viata de dupa vindecare “ si sunt cruciale pentru a crea o vindecare pe termen lung dupa o recuperare a sufletului . Am scris despre practici spirituale pe care le putem aduce in vietile noastre pentru a crea un prezent si un viitor pozitiv in cartile mele “Welcome Home: Following Your Soul’s Journey Home” and “Medicine for the Earth: How to Transform Personal and Environmental Toxins” .

Sunt sigura ca , pe masura ce cititi aceste randuri , observati relevanta recuperarii sufletului in propriile voastre vieti si cat de important e a-i ajuta pe oameni sa redevina “ inspir(it)ati “, de dragul acestei planete . Aceasta este o lucrare vitala pentru vremurile in care traim . Pamantul isi vrea copiii inapoi acasa , si ii vrea inapoi acum . Este momentul sa ne intoarcem acasa si sa ne reluam locul pe pamant , loc care este de drept al nostru . Este dreptul nostru din nastere sa ne putem exprima complet sufletele si sa creem lumea in care dorim sa traim . Si este dreptul nostru din nastere acela de a straluci la fel de luminos ca si stelele de deasupra noastra . E timpul sa ne impartasim din nou lumina in lume .

Traducere Romaneasca : Aurel Mocanu